



Habilidades Sociales para la Vida Adulta



DESTINATARIOS

Socios de SAFGroup.

Personas a partir de 16 años

OBJETIVOS

El objetivo general es realizar un taller de Habilidades Sociales hecho a medida de las personas que participan, adaptado a sus capacidades cognitivas y personales.

Los **objetivos específicos** del taller son los siguientes, según necesidades:

- ✓ Entender las relaciones sociales que parten de un mismo:
 - Familia directa
 - Compañeros
 - Pareja
 - Otras situaciones sociales
- ✓ Sustitución de conductas inadecuadas por conductas adaptativas.
- ✓ Establecer relaciones adecuadas y vínculos sanos con los otros.
- ✓ Mejorar la autoestima y la seguridad personal.

CONTENIDO

El taller se realiza con una metodología dinámica donde, mediante la participación de las personas del grupo, se busca el criterio para generalizar conductas más allá del espacio de la sala.

Se utilizan videos adecuados a cada temática impartida en la sesión. Las sesiones se preparan semanalmente según las necesidades y la demanda del grupo.

DIAS TALLER:

Primer taller: 4, 11, 18 i 25 de febrero i 4, 11 de marzo.

Segundo taller: 22 i 29 de abril i 6, 13, 20 i 27 de mayo.

DURACIÓN SESIONES

Hora y media de sesión: Viernes de 17:15 h a 18:45 h

PRECIO TOTAL DE CADA TALLER:

60€ para socios y no socios.

Los talleres se realizan en el local de:

Ceps Salud c/Segre, 81-89 08030-BARCELONA.

Formadora: Maite Villalón. Psicóloga.

Para apuntarse al taller contactar con SAFGroup:

Tel. 644731326

Mail: safgroupspain@gmail.com